

LE CHIFFRE

COUSANCE

40

La fédération ADMR du Jura, la mairie de Cousance et la communauté de communes Porte du Jura ont invité tous les seniors de plus de 60 ans à une réunion de présentation, jeudi 21 novembre à 14 h 30 à la salle de la Grenette à Cousance.

Réunissant une quarantaine de participants, avec la présence de Christian Bretin, maire de Cousance et Christian Buchot, président de la communauté de commune Porte du Jura, cette réunion a beaucoup intéressé les seniors. Chaque thème comptant entre sept et douze séances pour un coût très modique, c'est une belle opportunité que la fédération ADMR du Jura offre aux seniors pour le bien vieillir.

La responsable pour l'ADMR, Justine Lacroix, accompagnée dans sa tâche de Mélissa Vadans, animatrice de l'Asept (Association santé éducation et prévention des territoires) ont proposé aux seniors un vaste programme intitulé "Les ateliers bons jours, vivre intensément votre retraite". Ce sont sept thèmes qui seront abordés à travers des ateliers portant sur la nutrition, la vitalité et la santé notamment. Le thème portant sur la vitalité a d'ailleurs été précisément expliqué par l'animatrice Mélissa, venue spécialement de Besançon.

➤ Tél. 03.84.47.26.31.